

যোগরহস্যং শ্রীদত্তাত্রেয়বিরচিতম্

যোগাধ্যায়ঃ

জ্ঞানপূৰ্বো বিয়োগো যোঃ জ্ঞানেন সহ যোগিনঃ ।
সা মুক্তিৰ্ৰক্ষণা চ ঐক্যমনৈক্যং প্রাকৃতৈগুণৈঃ ॥ ১.১ ॥

মুক্তির্যোগাত্মা যোগঃ সম্যজ্ঞানান্মহীপতে ।
জ্ঞানং দুঃখোদ্বং দুঃখং মমতাসক্তচেতসাম্ ॥ ১.২ ॥

তস্মাৎসঙ্গং প্রয়ত্নেন মুমুক্ষুঃ সন্ত্যজেন্নরঃ ।
সঙ্গাভাবে মমেত্যস্যাঃ খ্যাতেহবিঃ প্রজায়তে ॥ ১.৩ ॥

নির্মমত্বং সুখায়ৈব বৈরাগ্যাদোষদর্শনম্ ।
জ্ঞানাদেব চ বৈরাগ্যং জ্ঞানং বৈরাগ্যপূর্বকম্ ॥ ১.৪ ॥

তদ্বৃহং যত্র বসতিস্তুদ্ব্যজ্যং যেন জীবতি ।
যন্মুক্তয়ে তদেবোক্তং জ্ঞানমজ্ঞানমন্যথা ॥ ১.৫ ॥

উপভোগেন পুণ্যানামপুণ্যানাঞ্চ পার্থিব ।
কর্তব্যানাঞ্চ নিত্যানামকামকরণাত্মা ॥ ১.৬ ॥

অসংখ্যাদপূর্বস্য ঋয়াৎপূর্বার্জিতস্য চ ।
কর্মণো বন্ধমাপ্নোতি শরীরং ন পুনঃ পুনঃ ॥ ১.৭ ॥

এতত্তে কথিতং রাজন্যোগং চেমং নিবোধ মে ।
যং প্রাপ্য ব্রহ্মণো যোগী শাস্ততাল্লান্যতাং ব্রজেৎ ॥ ১.৮ ॥

প্রাগেবান্ধান্না জ্যো যোগিনাং স হি দুর্জয়ঃ ।
কুর্বীত তজ্জয়ে যত্নং তস্যোপায়ং শৃণুস্ব মে ॥ ১.৯ ॥

প্রাণায়ামৈর্দহেদোষান্কারণাভিঃ চ কিঞ্চিষম্ ।
প্রত্যাহারেণ বিষয়ান্ধ্যানেনানীশ্বরাস্পৃগান্ ॥ ১.১০ ॥

যথা পর্বতধাতূনাং দোষাঃ দহন্তি ধাম্যতাম্ ।
তথেন্দ্রিয়কৃতা দোষাঃ দহন্তে প্রাণনিগ্রহাৎ ॥ ১.১১ ॥

প্রথমং সাধনং কুর্যাৎপ্রাণায়ামস্য যোগবিৎ ।
প্রাণাপাননিরোধস্তু প্রাণায়াম উদাহৃতঃ ॥ ১.১২ ॥

লঘুমধ্যোত্তরীয়াখ্যঃ প্রাণায়ামস্ত্রিধোদিতঃ ।
তস্য প্রমাণং বক্ষ্যামি তদলর্ক শৃণুস্ব মে ॥ ১.১৩ ॥

লঘুঃ দ্বাদশমাত্রস্তু দ্বিগুণঃ স তু মধ্যমঃ ।
ত্রিগুণাভিস্তু মাত্রাভিঃ উত্তমঃ পরিকীর্তিতঃ ॥ ১.১৪ ॥

নিমেষোন্মেষণো মাত্রাকালো লঘুক্ষরস্তথা ।
প্রাণায়ামস্য সঙ্খ্যার্থং স্মৃতো দ্বাদশমাত্রিকঃ ॥ ১.১৫ ॥

প্রথমেণ জয়েৎস্বেদস্মাধ্যমেণ চ বেপথুম্ ।
বিষাদং হি তৃতীয়েণ জয়েদোষাননুক্রমাৎ ॥ ১.১৬ ॥

মৃদুহ্রং সেব্যমানস্ত সিংহশার্দূলকুঞ্জরাঃ ।
যথা যান্তি তথা প্রাণো বশ্যো ভবতি যোগিনঃ ॥ ১.১৭ ॥

বশ্যং নতং যথেষ্টাতো নাগং নয়তি হস্তিপঃ ।
তথৈব যোগী স্বচ্ছন্দঃ প্রাণং নয়তি সাধিতম্ ॥ ১.১৮ ॥

যথা হি সাধিতঃ সিংহো মৃগান্ হস্তি ন মানবান্ ।
তদ্বল্লিখিত্রপবনঃ কিম্বিষং ন নৃগাঃ তনুম্ ॥ ১.১৯ ॥

তস্মাদ্যুক্তঃ সদা যোগী প্রাণায়ামপরো ভবেৎ ।
শ্রয়তাং মুক্তিফলদ তস্যাবস্থাচতুষ্টয়ম্ ॥ ১.২০ ॥

ধবস্তিঃ প্রাপ্তিঃ তথা সংবিৎপ্রসাদশ্চ মহীপতে ।
স্বরূপং শূণু চৈতেশাং কথ্যমানমনুক্রমাৎ ॥ ১.২১ ॥

কর্মণামিষ্টদুষ্টানাং জায়তে ফলসঙ্ক্ষয়ঃ ।
চেতসো অপকষায়স্ব যত্র সা ধবস্তিরচ্যতে ॥ ১.২২ ॥

ঐহিকামুদ্বিকান্ কামান্ লোভমোহান্নকান্ স্বয়ম্ ।
নিরুধ্যাস্তে যদা যোগী প্রাপ্তিঃ সা সার্বকালিকী ॥ ১.২৩ ॥

অতীতানাগতানর্থান্বিপ্ৰকৃষ্টতিরোহিতান্ ।
বিজানাতীন্দুসূর্যক্ষগ্রহাণাং গুণানসম্পদা ॥ ১.২৪ ॥

তুল্যপ্রভাবস্তু সদা যোগী প্রাপ্নোতি সম্পদম্ ।
তদা সংবিদিতি খ্যাতা প্রাণায়ামস্য সংস্থিতিঃ ॥ ১.২৫ ॥

যান্তি প্রসাদং যেনাস্য মনঃ পঞ্চ চ বায়বঃ ।
ইন্দ্রিয়ানীন্দ্রিয়ার্থাশ্চ স প্রসাদ ইতি স্মৃতঃ ॥ ১.২৬ ॥

শূণুস্ব চ মহীপাল প্রাণায়ামস্য লক্ষণম্ ।
যুক্ততশ্চ সদা যোগং যাদুস্থিহিতমাসনম্ ॥ ১.২৭ ॥

পদ্মদ্বাসনং চাপি তথা স্বস্তিকমাসনম্ ।
আস্থায় যোগং যুক্তীত কৃৎস্বা চ প্রণবং হৃদি ॥ ১.২৮ ॥

সমঃ সমাসনো ভূত্বা সংহৃত্য চরণাবূভৌ ।
সংবৃত্যস্য তথৈবোরু সম্যগ্স্থিষ্টভ্য চাগ্রতঃ ॥ ১.২৯ ॥

পাশ্চিভ্যাং লিঙ্গবৃষণাবস্পৃশনপ্রয়তঃ স্থিতঃ ।
কিঞ্চিদুনমিতশিরা দন্তৈঃ দন্তান্ন সংস্পৃশেৎ ॥ ১.৩০ ॥

সম্পশ্যল্লাসিকাগ্রং স্বং দিশ্চানবলোকয়ন্ ।
রজসা তমসৌ বৃত্তিং সস্বেন রজসস্তুথা ।
স আদ্য নির্মলে তস্মৈ স্থিতো যুঞ্জীত যোগবিৎ ॥ ১.৩১ ॥

ইন্দ্রিয়ানীন্দ্রিয়ার্থেভ্যঃ প্রাণাদীন্মন এব চ ।
নিগূহ্য সমবায়েন প্রত্যাহারমুপক্রমেৎ ॥ ১.৩২ ॥

যন্তু প্রত্যাহরেৎকামান্নর্বাঙ্গানীব কচ্ছপঃ ।
সদাঙ্গরতিরেকস্বঃ পশ্যত্যাত্মানমাঙ্গানি ॥ ১.৩৩ ॥

স বাহ্যাত্তত্ত্বং শৌচং নিপাদ্যাকণ্ঠনাভিতঃ ।
পূরয়িত্বা বুধো দেহং প্রত্যাহারমুপক্রমেৎ ॥ ১.৩৪ ॥

তথা বৈ যোগযুক্তস্য যোগিনো নিয়তাত্মনঃ ।
সর্বো দোষাঃ প্রণশ্যন্তি স্বস্থশ্চৈবোপজায়তে ॥ ১.৩৫ ॥

বীক্ষতে চ পরং ব্রহ্ম প্রাকৃতাংশ্চ গুণান্পৃথক্ ।
ব্যোমাদিপরমাণুঞ্চ তথাঙ্গানমকল্পষন্ ॥ ১.৩৬ ॥

ইত্থং যোগী যতাহারঃ প্রাণায়ামপরায়ণঃ ।
জিতাং জিতাং শনৈর্ভূমিমারোহেত যথা গৃহম্ ॥ ১.৩৭ ॥

দোষান্ব্যাধীংস্তথা মোহমাক্রান্তা ভূরনির্জিতা ।
বিবর্ধয়তি নারোহেতস্মাদ্ভূমিনির্জিতাম্ ॥ ১.৩৮ ॥

প্রাণানামুপসংরোধাৎপ্রাণায়াম ইতি স্মৃতঃ ।
ধারণেভ্যব্যতে চেয়ং ধার্যতে যন্মনো যয়া ॥ ১.৩৯ ॥

শব্দাদিভ্যঃ প্রবৃত্তানি যদক্ষাণি যতাত্মভিঃ ।
প্রত্যাহ্রিয়ন্তে যোগেন প্রত্যাহারস্ততঃ স্মৃতঃ ॥ ১.৪০ ॥

উপায়শ্চাত্ত্ব কথিতো যোগিভিঃ পরমর্ষিভিঃ ।
যেন ব্যাধ্যাদয়ো দোষা ন জায়ন্তে হি যোগিনঃ ॥ ১.৪১ ॥

যথা তোয়ার্থিনস্তোয়ং যন্ত্রনালাদিভিঃ শনৈঃ ।
আপিবেষুস্তথা বায়ুং পিবেদ্যোগী জিতশ্রমঃ ॥ ১.৪২ ॥

প্রাণাভ্যাং হৃদয়ে চাত্ত্ব তৃতীয়ে চ তথোরসি ।
কণ্ঠে মুখে নাসিকাগ্রে নেত্রক্রমধ্যমূর্ধসু ॥ ১.৪৩ ॥

কিঞ্চ তস্মাৎপরস্মিংশ্চ ধারণা পরমা স্মৃতা ।
দশৈতা ধারণাঃ প্রাপ্য প্রাণোত্যক্ষরসাম্যতাম্ ॥ ১.৪৪ ॥

তস্য নো জায়তে মৃত্যুর্ন জরান চ বৈ ক্রমঃ ।
ন শান্তিরবসাদোথ তুরীয়ে সততং স্থিতিঃ ॥ ১.৪৫ ॥

ইয়ং বৈ যোগভূমিঃ স্যাৎ সন্তৈব পরিকীর্তিতঃ ।

যত্র স্থিতে ব্রহ্মস্থিতিং লভতে নাত্র সংশয়ঃ ॥ ১.৪৬ ॥

নাশ্বাতঃ ক্ষুধিতঃ শ্রান্তো ন চ ব্যাকুলচেতনঃ ।
যুঞ্জীত যোগং রাজেন্দ্র! যোগী সিদ্ধার্থমাদৃতঃ ॥ ১.৪৭ ॥

নাতিশীতে ন চোন্মেষ বৈ ন দ্বন্দ্বেনানিলাল্মকে ।
কালেস্বৈতেষু যুঞ্জীত ন যোগং ধ্যানতৎপরঃ ॥ ১.৪৮ ॥

সশব্দান্নিজলাভ্যাসে জীর্ণগোর্থে চতুষ্পথে ।
শুষ্কপর্ণচয়ে নদ্যাং শ্মশানে সমরীসূপে ॥ ১.৪৯ ॥

সভয়ে কূপতীরে বা চৈত্যবল্লীকসঞ্চয়ে ।
দেশেষুেতেষু তদ্বজ্রো যোগাব্যাসং বিবৰ্জয়েৎ ॥ ১.৫০ ॥

সম্বস্যানুপপত্তৌ চ দেশকালং বিবৰ্জয়েৎ ।
নাসতো দর্শনং যোগে তস্মাত্তৎপরিবৰ্জয়েৎ ॥ ১.৫১ ॥

দুর্লভতা চিত্তশুদ্ধিঞ্চ জয়তে নাত্র সংশয়ঃ ।
স্থানকালপ্রভাবেণ নিশ্চয়ং বিদ্ধি ভূমিপ ।
তন্ময়স্য কুতশ্চিন্তা দেশকালময়ী তথা ॥ ১.৫২ ॥

দেশানিতাননাদৃত্য মূলহৃদ্যো যুনক্তি বৈ ।
বিঘ্নায় তস্য বৈ দোষা জায়ন্তে তল্লিবোধ মে ॥ ১.৫৩ ॥

ভাধির্যং জলতা লোপঃ স্মৃতের্মূকস্বমাক্রতা ।
অ্বরশ্চ জায়তে সদ্যস্তত্তদগুণানযোগিনঃ ॥ ১.৫৪ ॥

প্রমাদাদ্যোগিনো দোষা যদ্যেতে সুশ্চিকিৎসিতম্ ।
তেষাং নাশায় কৰ্তব্যং যোগিনাং তল্লিবোধ মে ॥ ১.৫৫ ॥

ল্লিঙ্কাং যবাগুমতুষাং ভুক্তা তত্রৈব ধারয়েৎ ।
বাতগুণ্মপ্রশান্ত্যর্থমুদাবর্তে তথোদরে ॥ ১.৫৬ ॥

যবাগুং বাপি পবনং বায়ুগ্রন্থিং প্রতিষ্টিপেৎ ।
তদ্বৎ কল্পে মহাশৈলং স্থিরং মনস্ ধারয়েৎ ॥ ১.৫৭ ॥

বিঘাতে বচনো বাচং বাধির্যং শ্রবণেন্দ্রিয়ম্ ।
যথৈবান্নফলং ধ্যায়েতৃষ্ণার্তো রসনেন্দ্রিয়ে ॥ ১.৫৮ ॥

যস্মিন্ যস্মিন্ রুজা দেহে তস্মিন্ স্তদুপকারিণীম্ ।
ধারণেদ্ধারণামুক্ষে শীতাং শীতে চ দাহিনীম্ ॥ ১.৫৯ ॥

কীলং শিরসি সংস্থাপ্য কাণ্ডং কার্ঠেন তাডয়েৎ ।
লুপ্তস্মৃতেঃ স্মৃতিঃ সদ্যো যোগিনস্তেন জায়তে ॥ ১.৬০ ॥

দ্যাবাপৃথিব্যৌ বায়ুগ্নী ব্যাপিনাবপি ধারয়েৎ ।
অমানুষাংসস্বজাঘ্রা বাধাস্থেতাশ্চিকিৎসিতাঃ ॥ ১.৬১ ॥

অমানুষঃ সত্বমন্তর্যোগিনঃ প্রবিশেদ্যদি ।
বায়ুগ্নিধারণেনৈনং দেহসংস্থং বিনির্দহেত ॥ ১.৬২ ॥

এবং সর্বাত্মনা রক্ষা কার্য্যা যোগবিদা নৃপ! ।
ধর্মার্থকামমোক্ষাণাং শরীরং সাধনং যতঃ ॥ ১.৬৩ ॥

প্রবৃত্তিলক্ষণাখ্যানাদেয়াগিনো বিস্ময়াৎ তথা ।
বিস্ত্রানং বিলম্বং যাতি তস্মাদ্ভোগ্যঃ প্রবৃত্তয়ঃ ॥ ১.৬৪ ॥

অলোল্যমারোগ্যমনিষ্ঠুরস্বং গন্ধঃ শুভো মূত্রপূরীষমল্লম্ ।
কান্তিঃ প্রসাদঃ স্বাসৌম্যতা চ যোগপ্রবৃত্তেঃ প্রথমং হি চিহ্নম্ ॥ ১.৬৫ ॥

অনুরাগী জনো যাতি পরোক্ষে গুণকীর্তনম্ ।
ন বিভ্রাতি চ সত্বানি সিদ্ধৈর্লক্ষণমুত্তমম্ ॥ ১.৬৬ ॥

শীতোষ্ণাদিভিরতু্যগ্নৈর্যস্য বাধা ন বিদ্যতে ।
ন ভীতিমেতি চান্যভ্যস্তস্য সিদ্ধিরুপস্থিতা ॥ ১.৬৭ ॥

ইতি যোগাধ্যায়ঃ ॥

যোগসিদ্ধিঃ

উপসর্গাঃ প্রবর্তন্তে দৃষ্টে হ্যাত্মনি যোগিনঃ ।
যে তাংস্তে সম্প্রবক্ষ্যামি সমাসেন নিবোধ মে ॥ ২.১ ॥

কাম্যাঃ ক্রিয়াস্তথা কামান্ মানুষানভিবাঞ্ছতি ।
স্ত্রিয়ো দানফলং বিদ্যাং মায়াং কুপ্যং ধনং দিবম্ ॥ ২.২ ॥

দেবস্বমমরেশস্বং রসায়নচয়ঃ ক্রিয়াঃ ।
মরুৎপ্রপতনং যজ্ঞং জলাগ্ন্যাবেশনং তথা ।
শ্রাদ্ধানাং সর্বদানানাং ফলানি নিয়মাংস্তথা ॥ ২.৩ ॥

তথোপবাসাৎপূর্তাষ্ট দেবতাভ্যর্চনাদপি ।
তেভ্যশ্চেভ্যশ্চ কর্মভ্য উপসৃষ্টোহভিবাঞ্ছতি ॥ ২.৪ ॥

চিত্তমিথং বর্তমানং যজ্ঞাদেয়াগী নিবর্তয়েৎ ।
ব্রহ্মসঙ্গি মনঃ কুর্ব্বন্নুপসর্গাৎপ্রমুচ্যতে ॥ ২.৫ ॥

উপসর্গৈর্জিতৈরেভিরুপসর্গাস্ততঃ পুনঃ ।
যোগিনঃ সম্প্রবর্তন্তে সাত্ত্বরাজসতামসাঃ ॥ ২.৬ ॥

প্রাতিভঃ শ্রাবণো দৈবো ব্রহ্মাবর্তৌ তথাপরৌ ।
পশ্চৈতে যোগিনাং যোগবিদ্বায কটুকোদয়া ॥ ২.৭ ॥

বেদার্থাঃ কাব্যশাস্ত্রার্থা বিদ্যাশিল্পান্যশেষতঃ ।
প্রতিভাস্তি যদস্ত্যেতি প্রাতিভঃ স তু যোগিনঃ ॥ ২.৮ ॥

শব্দার্থানখিলান্ বেত্তি শব্দং গৃহ্ণতি চৈব যৎ ।
যোজনানাং সহস্রেভ্যঃ শ্রাবণঃ সোহভিধীয়তে ॥ ২.৯ ॥

সমন্তাদ্বীক্ষতে চাষ্টৌ স যদা দেবতৌপমঃ ।
উপসর্গং তমপ্যাস্বদৈবমুন্মত্তবদুধাঃ ॥ ২.১০ ॥

ব্রাম্যতে যল্লিরালম্বং সনো দোষণে যোগিনঃ ।
সমস্তাচারবিভ্রং শাদ্রমঃ স পরিকীর্তিতঃ ॥ ২.১১ ॥

আবর্ত ইব তৌস্য স্তানাবতো যদাকুলঃ ।
নাশয়েচ্চিওমাবর্ত উপসর্গঃ স উচ্যতে ॥ ২.১২ ॥

এতৈর্নাশিতযোগাস্তু সকলা দেবয়োনিয়ঃ ।
উপসর্গৈর্মহাঘোরৈরাবর্তন্তে পুনঃ পুনঃ ॥ ২.১৩ ॥

প্রাবৃত্য কল্পং শুদ্ধং যোগী তস্মান্মনোময়ম্ ।
চিন্তয়েৎ পরমং ব্রহ্ম কৃৎস্না তৎপ্রবণং মনঃ ॥ ২.১৪ ॥

যোগযুক্তঃ সদা যোগী লম্বাহারো জিতেন্দ্রিয়ঃ ।
সূক্ষ্মাস্তু ধারণাঃ সপ্ত ভূবাদ্যা মূর্ধ্ব ধারয়েৎ ॥ ২.১৫ ॥

ধরিত্রীং ধারয়েদ্যোগী তৎসৌখ্যং প্রতিপদ্যতে ।
আত্মানং মন্যতে চোর্ষিৎ তদ্বন্ধুজহাতি সঃ ॥ ২.১৬ ॥

তথৈবাপ্সুরসং সূক্ষ্মং তদ্বদ্রুপঞ্চ তেজসি ।
স্পর্শং বায়ৌ তথা তদ্বদ্বিত্ততস্তস্য ধারণাম্ ।
ব্যোম্নঃ সূক্ষ্মং প্রবৃতিঞ্চ শব্দং তদ্বজ্জহাতি সঃ ॥ ২.১৭ ॥

মনসা সর্বভূতানাং মনস্যাবিশতে যদা ।
মানসীং ধারণাং বিব্রল্লনঃ সূক্ষ্মঞ্চ জায়তে ॥ ২.১৮ ॥

তদ্বদ্বুদ্ধিমশেষাণাং সস্তানামেত্য যোগবিৎ ।
পরিত্যজতি সম্প্রাপ্য বুদ্ধিসৌখ্যমনুতমম্ ॥ ২.১৯ ॥

পরিত্যজতি সূক্ষ্মাণি সপ্ত স্বেতানি যোগবিৎ ।
সম্যগ্ভিঙ্তায় যোহলর্ক! তস্যাবৃতির্ন বিদ্যতে ॥ ২.২০ ॥

এতাসাং ধারণানন্ত সস্তানাং সৌখ্যমাত্মবান্ ।
দৃষ্ট্বা ততঃ সিদ্ধিং ত্যক্তা ত্যক্তা পরং ব্রজেৎ ॥ ২.২১ ॥

যস্মিন্ যস্মিংশ্চ কুরুতে ভূতে রাগং মহীপতে! ।
তস্মিংশ্চস্মিন্ সমাসক্তিং সম্প্রাপ্য স বিনশ্যতি ॥ ২.২২ ॥

তস্মাদ্বিদিষ্ট্বা সূক্ষ্মাণি সংসক্তানি পরস্পরম্ ।
পরিত্যজতি যো দেহী স পরং প্রাপ্নুয়াৎ পদম্ ॥ ২.২৩ ॥

এতান্যেব তু সন্ধায় সপ্ত সূক্ষ্মাণি পার্থিব ।
ভূতাদীনাং বিরোগোহত্র সদ্ভাবস্তস্য মুক্তয়ে ॥ ২.২৪ ॥

গন্ধাদিশু সমাসক্তিং সম্প্রাপ্য স বিনশ্যতি ।

পুনরাবর্ততে ভূপ! স ব্রহ্মাপরমানুষম্ ॥ ২.২৫ ॥

সপ্তৈতা ধারণা যোগী সমতীত্য যদিচ্ছতি ।
তস্মিংশ্চস্মিংশ্চয়ং সূক্ষ্ম ভূতে যাতি নরেশ্বর! ॥ ২.২৬ ॥

দেবানামসুরাণাং বা গন্ধৰ্বোরগরক্ষসাম্ ।
দেহেশু লয়মায়াতি সঙ্গং নাপ্নোতি চ ক্বচিৎ ॥ ২.২৭ ॥

অগ্নিমা লঘিমা চৈব মহিমা প্রাপ্তিরেব চ ।
প্রাকাম্যঞ্চ তথেশিষ্যং বশিষ্যঞ্চ তথাপরম্ ॥ ২.২৮ ॥

যত্র কামাবসায়িষ্যং গুণানেতাংস্তথৈশ্বরান্ ।
প্রাপ্নোত্যষ্টৌ নরব্যাহ্ন! পরং নির্বাণসূচকান্ ॥ ২.২৯ ॥

সূক্ষ্মাং সূক্ষ্মতমোহনীযান্ শীঘ্রং লঘিমা গুণঃ ।
মহিমাহশেষপূজ্যস্বাং প্রাপ্তির্নাপ্রাপ্যমস্য যতঃ ॥ ২.৩০ ॥

প্রাকাম্যস্য চ ব্যাপিষ্মাদীশিষ্যেশ্বরো যতঃ ।
বশিষ্মাদ্বশিমা নাম যোগিনঃ সপ্তমো গুণঃ ॥ ২.৩১ ॥

যত্রেষ্ঠান্নামপুজ্যং যত্র কামাবসায়িতা ।
ত্রৈশ্বর্য্যকারণৈরেভির্যোগিনঃ প্রোক্তমষ্টধা ॥ ২.৩২ ॥

মুক্তিসংসূচকং ভূপ! পরং নির্বাণমাত্মনঃ ।
ততো ন জায়তে নৈব বর্দ্ধতে ন বিনশ্যতি ॥ ২.৩৩ ॥

নাপি ক্ষয়মবাপ্নোতি পরিণামং ন গচ্ছতি ।
ছেদং ক্লেদং তথা দাহং শোষং ভূয়াদিতো ন চ ॥ ২.৩৪ ॥

ভূতবর্গাদবাপ্নোতি শব্দাদ্যৈর্হ্রিয়তে ন চ ।
ন চাস্য সন্তি শব্দাদ্যাস্তদ্ব্যক্তা তৈর্ন যুজ্যতে ॥ ২.৩৫ ॥

যথা হি কনকং খলুমপদ্রব্যবদগ্নিনা ।
দন্ধদোষং দ্বিতীয়েন খলুনৈক্যং ব্রজেল্পপ! ॥ ২.৩৬ ॥

ন বিশেষমবাপ্নোতি তদ্ব্যদ্যোগাগ্নিনা যতিঃ ।
নির্দন্ধদোষস্তেনৈক্যং প্রয়াতি ব্রহ্মণা সহ ॥ ২.৩৭ ॥

যথাগ্নিরগ্নৌ সঙ্ক্ষিপ্তঃ সমানস্বমনুরজেৎ ।
তদাখ্যস্তন্ময়ো ভূতো ন গৃহ্যত বিশেষতঃ ॥ ২.৩৮ ॥

পরেণ ব্রহ্মণা তদ্বৎ প্রাপ্যৈক্যং দন্ধকিষ্মিষঃ ।
যোগী যাতি পৃথগ্ভাবং ন কদাচিন্মহীপতে! ॥ ২.৩৯ ॥

যথা জলং জলেনৈক্যং নিষ্কিপ্তমুপগচ্ছতি ।
তথাত্মা সাম্যমভ্যোতি যোগিনঃ পরমাত্মনি ॥ ২.৪০ ॥

ইতি যোগসিদ্ধিঃ ॥

যোগিচৰ্য্যা

অলৰ্ক উবাচ ।

ভগবন্! যোগিনশ্চৰ্য্যং শ্ৰোতুমিচ্ছামি তত্বতঃ ।
ব্রহ্মবৰ্জ্জন্যনুসরন্ যথা যোগী ন সীদতি ॥ ৩.১ ॥

দত্তাশ্ৰেয় উবাচ ।

মানাপমানৌ যাবেতৌ প্রাপ্ত্যদ্বৈগকরৌ নৃণাম্ ।
তাবেব বিপরীতার্থৌ যোগিনঃ সিদ্ধিকারকৌ ॥ ৩.২ ॥

মানাপমানৌ যাবেতৌ তাবেবান্বৰ্ণিষামৃতে ।
অপমানোহমৃতং তত্র মানস্ত বিষমং বিষম্ ॥ ৩.৩ ॥

চক্ষুঃপূতং ন্যসেৎ পাদং বস্ত্রপূতং জলং পিবেৎ ।
সত্যপূতং বদেদ্বাণীং বুদ্ধিপূতঞ্চ চিন্তয়েৎ ॥ ৩.৪ ॥

আতিত্যাশ্রাদ্ধয়জ্ঞেষু দেবযাত্ৰোৎসবেষু চ ।
মহাজনঞ্চ সিদ্ধ্যর্থং ন গচ্ছেদ্যোগবিৎ ক্ৰটিং ॥ ৩.৫ ॥

ব্যস্তে বিধূমে ব্যঙ্গারে সৰ্বস্মিন্ ভুৰুবৰ্জনে ।
অদেত যোগবিদ্বৈষ্ণব্যং ন তু ত্ৰিশ্বেব নিত্যশঃ ॥ ৩.৬ ॥

যথৈবমবমন্যন্তে জনাঃ পরিভবন্তি চ ।
তথা যুক্তশ্চরেদ্যোগী সতাং বৰ্জ্জ ন দূষয়ন্ ॥ ৩.৭ ॥

ভৈষ্ণ্যং চরেদ্বৃহস্পেশু যায়াবরগ্হেষু চ ।
শ্রেষ্ঠা তু প্রথমা চেতি বৃত্তিরস্যোপদৃশ্যতে ॥ ৩.৮ ॥

অথ নিত্যং গৃহশ্বেশু শালীনেশু চরেদ্যতিঃ ।
শ্রদ্ধধানেশু দান্তেষু শ্ৰোগ্ৰিয়েশু মহাস্বসু ॥ ৩.৯ ॥

অত উৰ্দ্ধং পুনশ্চাপি অদূৰ্ঠাপতিতেশু চ ।
ভৈষ্ণ্যচৰ্য্যা বিবৰ্ণেষু জঘন্যা বৃত্তিরিষ্যতে ॥ ৩.১০ ॥

ভৈষ্ণ্যং যবাগুং তক্রং বা পয়ো যাবকমেব বা ।
ফলং মূলং প্ৰিয়ঙ্গুং বা কণপিণ্যাকশক্তবঃ ॥ ৩.১১ ॥

ইত্যেতে চ শুভাহারা যোগিনঃ সিদ্ধিকারকাঃ ।
তৎপ্ৰযুক্ত্যান্মুনিৰ্ভক্ত্যা পরমেণ সমাধিনা ॥ ৩.১২ ॥

অপঃ পূৰ্বং সৰ্বং প্ৰাশ্য তুষ্ণীনভূত্বা সমাহিতঃ ।
প্ৰাণারেতি ততস্তস্য প্রথমা হ্যান্বতিঃ স্মৃতা ॥ ৩.১৩ ॥

অপানায় দ্বিতীয়া তু সমানায়েতি চাপরা ।
উদানায় চতুর্থী স্যাৎ ব্যানায়েতি চ পঞ্চমী ॥ ৩.১৪ ॥

প্ৰাণায়ামৈঃ পৃথক্ কৃত্বা শেষং ভূঞ্জীত কামতঃ ।
অপঃ পুনঃ সৰ্বং প্ৰাশ্য আচম্য হৃদয়ং স্পৃশেৎ ॥ ৩.১৫ ॥

অস্তেয়ং ব্রহ্মচর্যঞ্চ ত্যাগোলোভস্তথৈব চ ।
ব্রতানি পঞ্চ ভিক্ষুণামহিংসাপরমাণি বৈ ॥ ৩.১৬ ॥

অক্রোধো গুরুশুশ্রূষা শৌচমাহারলাঘবম্ ।
নিত্যস্বাধ্যায় ইত্যেতে নিয়মাঃ পঞ্চ কীর্তিতাঃ ॥ ৩.১৭ ॥

সারভূতমুপাসীত জ্ঞানং যৎ কার্যসাধকম্ ।
জ্ঞানানাং ব ধা স্যেয়ং যোগবিদ্বদ্বিহিন্সা ॥ ৩.১৮ ॥

ইদং জ্ঞেয়মিদং জ্ঞেয়মিতি যস্মৃষিতশ্চরেৎ ।
অপি কল্পসহস্রেষু নৈব জ্ঞেয়মবাঙ্গুয়াৎ ॥ ৩.১৯ ॥

তত্ত্বসঙ্গো জিতক্রোধো লম্বাহারো জিতেন্দ্রিয়ঃ ।
বিধায় বুদ্ধ্যহা দ্বারানি মনো ধ্যানে নিবেশয়েৎ ॥ ৩.২০ ॥

শূন্যেষু বাবকাশেষু গুহাসু চ বনেষু চ ।
নিত্যযুক্তঃ সদা যোগী ধ্যানং সম্যগুপক্ৰমেৎ ॥ ৩.২১ ॥

বাগ্দত্তঃ কর্মদত্তশ্চ মনোদত্তশ্চ তে ত্রয়ঃ ।
যস্মৈতে নিয়তা দত্তাঃ স ত্রিদত্তী মহায়তিঃ ॥ ৩.২২ ॥

সর্বমাত্মময়ং যস্য সদসজ্জগদীদৃশম্ ।
গুণাগুণময়ং তস্য কঃ প্রিয়ঃ কো নৃপাপ্রিয়ঃ ॥ ৩.২৩ ॥

বিশুদ্ধবুদ্ধিঃ সমলোপ্তকাক্ষনঃ সমস্তভূতেষু চ তৎসমাহিতঃ ।
স্থানং পরং শাস্ত্রতমব্যঞ্ পরং হি গচ্ছা ন পুনঃ প্রজায়তে ॥ ৩.২৪ ॥

বেদাঃ শ্রেষ্ঠাঃ সর্বযজ্ঞক্ৰিয়াশ্চ যজ্ঞাজ্ঞপ্যং জ্ঞানমার্গশ্চ জপ্যাৎ ।
জ্ঞানাদ্ভ্যানং সঙ্গরাগব্যপেতং তস্মিন্ প্রাপ্তে শাস্ত্রতস্যোপলব্ধিঃ ॥ ৩.২৫ ॥

সমাহিতো ব্রহ্মপরোহপ্রমাদী শুচিস্থথৈকান্তরতির্যতেন্দ্রিয়ঃ ।
সমাঙ্গুয়াদ্যোগমিমং মহাত্মা বিমুক্তিমাপ্নোতি ততঃ স্বযোগতঃ ॥ ৩.২৬ ॥

ইতি যোগিচর্য্যা